

## MALIN KRONVALL

Stressa mindre & prestera mer



Som yogalärare, mindfulnessinstruktör och lag sjukgymnast förmållar Malin ett helhetsperspektiv på kropp och själ som gör hennes föreläsningar och kurser unika. Hon har hjälpt såväl elitidrottare som medarbetare på stora företag till avspänning, ökat fokus och bättre prestation. Malin inspirerar deltagarna att bli mer fokuserade och mindre stressade. Målet är ökad livskvalitet och förmåga att prestera mer med mindre ansträngning. På ett enkelt och tydligt sätt lotsar Malin deltagarna genom ett program som lockar till såväl skratt som insikt och eftertanke. Kort sagt: Malin Kronvall hjälper till att öka gruppens motivation, teamkänsla och kreativitet. Momenten i föreläsningen varvas med praktiska övningar.



### NAMN PÅ FÖRELÄSNING

- Stressa mindre & prestera mer (sv)

### ÄMNET

- Yoga
- Mindfulness
- Företagshälsa
- Sjukgymnastik

### PRIS

- Enligt offert
- Priset avser genomförande i Åre dalen



 SKRIV UT

